Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.

MÓJ DOM

DWUTYGODNIK

R. II 26 lutego 1939 r. N. 4

NA WIDOWNI

WSPÓŁCZESNE PARADOKSY.

Gdy Mussolini zdobywał Abisynię a Hitler, na zaproszenie „zaprzyjaźnionego" Rządu wprowadzał wojska niemieckie do Austrii, wielu marzycieli sądziło, że zaświtała wreszcie era błogiego spokoju.

Ot państwa nienasycone stały się nasyconymi, zaczną wreszcie urządzać zdobyte kraje, zaczną trawić zdobycz.

Rzeczywistość jednak nie kazała na siebie długo czekać. Na przetrawienie zdobyczy wystarczył kilkutygodniowy odpoczynek dywizji niemieckich i włoskich. Pierwsze z nich rozpoczęły marsz na Sudety, podczas gdy drugie lokowały się w Hiszpanii.

I znowu marzyciele sądzili, że to ostatni etap, że dalej oś nie pójdzie. I to były złudzenia.

Dziś mamy ten sam nacisk osi na Francję i Anglię, nacisk, który skończy się zapewne nowymi zdobyczami osi.

Jesteśmy świadkami nowego zjawiska. Partnerzy demokratyczni ocknęli się, zaczynają myśleć realnie i działać z premedytacją i metodycznie.

Ale sytuacja jest groteskowa. Bo ci, którzy przez tyle lat u siebie kultywowali pacyfizm. gdy istnienie ich zostało zagrożone zaczęli pośpiesznie przygotowywać się do obrony. Teraz oni są okrzyczani na cały świat jako podżegacze wojenni.

To totalizmy idą z rożdżką pokoju do świata, a chcą wojny.

Gdy Hitler i Mussolini zbroją się, gdy zajmują obce terytoria, gdy poddają swemu władaniu politycznemu i gospodarczemu naród Hiszpański — działają w imię... pokoju.

Gdy chcą się bronić demokracje zachodnie, gdy wychodzi ze swej bierności Ameryka Północna, czyni to, jak twierdzą dyktatorzy, dla rozpętania pożogi wojennej.

Jakżesz cynicznie obchodzi się rzeczywistość współczesna z niedawnymi szermierzami integralnego rozbrojenia, wiecznej wolności i sprawiedliwości wśród ludów — ?

W wyniku takich nastrojów idziemy zdecydowanie do rozprawy wojennej. Szalone zbrojenia jakie rozpętano w świecie, są przecież skutkiem polityki państw dynamicznych. Ale nie te państwa obciąża się za skutki.

To przeciwnicy są temu winni, to oni są „podżegaczami" do wojny. Czy może być większy paradoks?

POLSKI PAPIEŻ

Pius XI miał wiele tytułów do tego, by uchodzić za Polskiego Papieża. Pierwszy nuncjusz w Polsce Odrodzonej, jeden z bardzo a bardzo nielicznych dyplomatów, gotowych krytycznych dni 1920 roku podzielić los Niezłomnego Rządu Polskiego i nie cofnąć się przed nadchodzącą nawałą bolszewicką.

Nie można klasyfikować Zmarłego jako przysięgłego doktrynerskiego przeciwnika totalizmu. Postawa Piusa XI wobec totalistycznej polityki i rasistowskich teorii, wynikała z głębokich ogólno-ludzkich przesłanek i wiary, że duszy człowieka należy pozostawić swobodę kształcenia się nie w sposób mechaniczny, pod przymusem, lecz w sposób naturalny.



Wreszcie orędownik wolności ducha, wybitny uczony, gorący zwolennik samodzielności Polski, oto niektóre z tych tytułów, usprawiedliwiających nazwę Polskiego Papieża, którą bodaj, sam sobie nadał.

Zgon Piusa XI okrywa cały świat żałobą, bez względu na przekonania i wyznania.

Schodzi z areny moralny propagator pokoju. Schodzi wybitny dyplomata i gorący orędownik poszanowania wewnętrznej wolności, swobody i prawa do samodzielnego ja w człowieku.

To też obrona wolności człowieka, obrona jego praw do życia i wyznania wynikała nie tylko z religijnych nakazów, lecz tkwiła głęboko w pokładach humanitaryzmu ludzkiego i z niego czerpiąc swe soki do oporu i walki z zamachami na osobowość istoty ludzkiej.

Stąd w zgasłym papieżu totalizmy nie miały zwolennika i zmarły papież niejednokrotnie podejmował z prądami ty-

(Dokończenie na str. 2).

Chałwa

Gdy zbliża się jesień, w wielu oknach wystawowych zjawia się chałwa. Sezon jej trwa zasadniczo od października do stycznia. Na wiosnę, gdy słońce silniej zaczyna przygrzewać, chałwa powinna zniknąć z naszych sklepów, gdyż bardzo łatwo się wówczas psuje. Publiczność jednak często nie zdaje sobie z tego sprawy, co jest przyczyną, że korzystają z tego producenci i sprzedawcy, przedłużając sezon jak najbardziej.

Chałwa należy dziś do najpopularniejszych przysmaków. Zajada się nią przede wszystkim młodzież, która może od czasu do czasu pozwolić sobie na skromny wydatek 10—20 czy 30 groszy.

Dawniej chałwa nie cieszyła się takim wielkim „powodzeniem". Produkowano jej mniej i była znacznie droższa. Przed wojną światową fabrykacją chałwy zajmowali się wyłącznie Grecy. Z czasem, gdy przysmak wschodni przyjął się u nas znakomicie, zaczęto go wyrabiać w olbrzymich ilościach. Niestety, z rozpowszechnieniem produkcji i obniżką cen przyszło również obniżenie jakości. Często zdarza się, że małe, nieznane firmy, kryjące swój towar pod obiecującymi nazwami, np.: chałwa „grecka", „turecka", „luksusowa", a nie podające nazwiska właściciela przedsiębiorstwa na swoich wyrobach, mało dbają o gatunki używanych surowców i higienę pomieszczeń, dążąc do jednego tylko, t. j. do zyskania jak największej ilości konsumentów przez podanie najniższych cen. Ale i dziś jest dobra chałwa. Po nieco wyższej cenie możemy kupić chałwy, doskonałej w smaku i naprawdę pożywnej.



Robienie chałwy.

Ale co to jest właściwie chałwa? Z czego i jak ją się robi?

Na to pytanie nie tak łatwo odpowiedzieć. Nawet ten, co bardzo często zajada się chałwą nie potrafi określić, z czego jest zrobiona. Niektóre nawet fabryki próbowały ją produkować, lecz zaprzestały niebawem, ponieważ niezbyt im się to udawało.

Z czego zrobiona jest chałwa i na czym polega „sztuka" jej fabrykowania — spróbuję objaśnić.

Do wyrobu chałwy potrzeba przede wszystkim dwóch składników: 1) seramu, t. j. nasienia rośliny południowej, zbliżonego do naszego siemienia lnianego, i 2) syropu kartoflanego z cukrem.

Aby przygotować chałwę, miele się seram w specjalnych walcach, przetwarzając go w oleisty miąższ. Jednocześnie gotuje się syrop kartoflany z cukrem. (Gotuje się on w specjalnym kotle z mieszadłem). Przy odpowiedniej temperaturze w cukrzanym syropie zaczynają tworzyć się włókna, wtedy wylewa się go i studzi do temperatury 45° — 50° C. Do przestudzonego syropu wlewa się olej seramowy i starannie miesza, by to jak najdokładniej wyrobić. Gdy w mieszaninie powstaną wyraźne włókna, wrzuca się do niej orzechy, czekoladę lub inne smaki i później wylewa z formy. Cała tajemnica wyrobu smacznej i pożywnej chałwy tkwi z jednej strony w doborze odpowiedniego oleju (niektórzy producenci dla oszczędności stosują zamiast seramu, inne, często szkodliwe dla zdrowia oleje), a z drugiej strony w umiejętnym gotowaniu syropu i łączeniu go z seramem w odpowiedniej temperaturze. Im wyższa jest ta temperatura, i im mieszanina lepiej została wyrobiona, tym chałwa jest lżejsza, bardziej krucha i bardziej włóknista, a więc smaczniejsza.

Ponieważ nawet po zastygnięciu i stwardnieniu chałwa jest bardzo wrażliwa na działanie powietrza, bierze się to pod uwagę przy opakowywaniu i owija ją w aluminium i celofan, pod który podkłada się etykietę.

Teraz chałwa jest już gotowa i czeka na nabywcę.

H. W.

Polski Papież (dokończenie ze str. 1)

mi walkę ideową, a głos Jego rozlegał się donioslym echem w całym świecie.

Dlatego śmierć Papieża Pokoju dotknęła do żywego cały świat cywilizowany, bez względu na religie.

Prasa wszystkich odcieni u wszystkich narodów cywilizowanych poświęca Zmarłemu gorące żałobne wspomnienia.

„Polska Zbrojna" stwierdza:

„Był wielki mądrością Organizatora, a dobry sercem Ojca. Wielkość budządza podziw nawet u wrogów katolicyzmu.

Przeżyliśmy fakt historyczny. Odszedł od nas człowiek niepospolity, można śmiało rzec — genialny".

„I. K. C." stwierdza donośny

„okrzyk na cały świat o pokój i sprawiedliwość, a przeciw barbarzyństwu i nienawiści".

„Robotnik" zaś uwypukla, że zmarły papież

„Miłością swoją ogarniał wszystkie narody, wszystkie rasy i wszystkie wyznania.

Pius XI rozumiał wagę olbrzymią Wolności Człowieka, jako dźwigni cywilizacji. Jego wystąpienia przeciwko „totalizmowi" i wszelkim przejawom nienawiści pomiędzy ludźmi, pozostaną we wdzięcznej pamięci ludzi, miłujących Wolność".

„Nasz Przegląd" zaś kończy swe rozważania następującym stwierdzeniem:

„Na tronie najwyższym w hierarchii duchownej Kościoła zasiadł Mąż Świątobliwy, myśliciel i uczony, obejmujący ludzkość całą wzrokiem pełnym miłości — ze szczytu najwznioślejszej etyki humanitarnej. Miłość bliźniego była mu światłem przewodnim w mrokach naszej ponurej epoki".

Również i wolnomyślna prasa francuska pisze bardzo pochlebnie o Zmarłym papieżu. L'oeuvre podnosi:

„Imię Papieża błyszczeć będzie blaskiem szczególnym w dziejach papiestwa. Był On, w istocie, Wielkim Papieżem. Nie zawahał się za pontyfikatu swego, w warunkach trudnych, przed użyciem swej potęgi duchowej dla obrony najszlachetniejszych ideałów ludzkości".

„BĘDĘ PAPIEŻEM POKOJU".

„Le Populaire" przypomina, że Zmarły po wyborze na papieża, oświadczył krótko, zebranym tłumom wiwatującym na Jego cześć: „Będę Papieżem Pokoju", poczem autor artykułu p. Blum pisze:

„Miał rząd dusz. Wypadło Mu bronić Kościoła katolickiego i rzymskiego przeciw prześladowaniom. Wypadło Mu bronić dogmatu chrześcijańskiego i myśli chrześcijańskiej przeciw niewiarygodnemu nawrotowi pierwotnego pogaństwa, który wprowadzi w osłupienie przyszłego historyka".

J. W.

Naukowa organizacja w pracy domowej

2

Najwięcej czasu, nieproporcjonalnie dużo w stosunku do innych zajęć, spędza gospodyni w kuchni, przy przyrządzaniu posiłków i związanych z tym różnych czynności. Składają się na to różne przyczyny, jak: 1) brak obmyślonych jadłospisów, 2) brak w śpiżarni niezbędnych produktów, 3) dokupywanie produktów w czasie rozpoczętej pracy, 4) uszkodzenia i zły stan potrzebnych naczyń, maszynek, narzędzi, 5) brak planu pracy i uszeregowania poszczególnych czynności, 6) złe urządzenie kuchni, słabe oświetlenie, niedostosowanie wysokości sprzętów do wzrostu osoby pracującej — słowem nieodpowiednie warunki pracy.

Jak zatym mamy urządzić tę pracownię, by stworzyć odpowiednie, najlepsze warunki pracy nawet w najskromniejszym domu?

Przede wszystkim kuchnia w gospodarstwie domowym (gdzie zwykle pracuje jedna osoba):

1) *nie powinna być duża.* Jeśli mamy dużą, ustawmy sprzęty w większym skupieniu, a nie rozstawiajmy ich koniecznie pod ścianami i po kątach,

2) *powinna być jasna* — okien nie zasłaniajmy żadnymi firankami zwłaszcza górne części, którędy wpada najwięcej światła (w mieszkaniach parterowych można dolne szyby zasłonić t. zw. zazdrostkami z materiału przejrzystego, łatwego do prania). Przy umieszczaniu lamp pamiętajmy, że *stół* do pracy, *piec kuchenny* i miejsce, gdzie *zmywamy naczynia* muszą być dobrze oświetlone. Ustawiajmy też stół, ławkę z wanienkami do mycia naczyń, kuchenkę gazową tak, by światło przy pracy padało z boku (najlepiej z lewej strony) lub z przodu, by przypadkiem nie pracować plecami do okna.

3) dobrą wentylację, zwłaszcza w czasie gotowania, powinien zapewnić otwarty wentylator nad piecem i łatwa do otwierania np. przy pomocy łańcuszka lub prętu z haczykiem górna część okna;

4) każda kuchnia, zwłaszcza ciemna, powinna być malowana bezwzględnie *jasno:* biało, kremowo, seledynowo lub niebieskawo (tych 2 kolorów unikają muchy), na wysokość człowieka farbą olejną dla ułatwienia mycia (ale też jasną);

5) najczęściej w kuchniach spotykaną podłogę do szorowania trzeba zabezpieczyć blachą przed wypaleniem pod piecem od strony drzwiczek, przed wilgocią przez nakrycie linoleum pod zlewem i zmywalnią. Jeśli przypadkiem mamy podłogę kamienną, należy koniecznie dla uniknięcia nadmiernego zmęczenia nóg i ochrony przed zimnem nakryć ją grubym linoleum całą lub chociaż w miejscach, gdzie najwięcej stoimy. (Na miesiące zimowe dobrą izolacją byłaby gruba, mata kokosowa);

6) Każda gospodyni wykonuje w kuchni zasadniczo *2 rodzaje czynności.* Jedne związane z przygotowaniem produktów spożywczych do gotowania, drugie to zajęcie po spożyciu posiłków, czyszczenie, mycie naczyń i ład w kuchni. Tym też należy kierować się przy ustawianiu sprzętów w kuchni i tak je umieścić, by można było bez kręcenia się tam i z powrotem wykonywać następujące po sobie czynności; a więc np. bierzemy potrzebne naczynia, na stole przygotowujemy, składamy do garnków (nie daleko powinna być woda i wiadro na odpadki) i następnie przesuwamy się w stronę pieca kuchennego, gdzie gotujemy.

Do odstawiania i wykończenia potraw dobrze jest mieć stolik lub miejsce tuż przy piecu, zwłaszcza gdy nie możemy odpowiednio ustawić stołu do pracy. Druga grupa czynności koncentruje się przy zmywalni lub zastępującej ją ławce, na której ustawiamy wanienki do mycia. By uniknąć chodzenia i zbytecznych ruchów ustawiamy naczynia brudne posortowane po prawej stronie, po lewej natomiast tacę, suszarkę, czy coś innego do ustawienia w celu ocieknięcia naczyń umytych. Jeśli w dalszym ciągu na lewo nie mamy półek, czy szafy na naczynia, wycieramy i składamy osuszone gatunkami na tacy, a nie odchodzimy z każdą sztuką osobno do szafy, czy półki. Chodzi o to, by przy pracy różnorodnej w kuchni przestrzenie między poszczególnymi związanymi ze sobą w kolejności pracy sprzętami były nieduże, by np. nie biegać od stołu ustawionego tradycyjnie pod oknem przez całą dużą kuchnię do pieca w przeciwległym kącie.

7) Nie mniej ważne i to, by wysokość sprzętów jak stołu, krzesła do niego, wysokość ławki czy zmywalni były tak dostosowane do wzrostu osoby, by mogła pracować w postawie swobodnej, jak najwygodniejszej, bez pochylania się nad zbyt niską zmywalnią, lub bez nadmiernego podnoszenia ramion na zbyt wysoki stół. Skrócenie lub podwyższenie nóg stołu czy ławki usunie takie błędy. Staramy się dziś, dla zaoszczędzenia sił i zdrowia, wykonywać jak najwięcej czynności w pozycji siedzącej — bardzo do tego są dobre i wygodne okrągłe *krzesła z oparciem wykręcane na śrubie,* dzięki czemu dowolnie regulujemy wysokość siedzenia do stołu i swego wzrostu. (Wykonywanie pracy siedząco może też prędzej nauczy dokładnego obmyślenia i przygotowywania wszystkich potrzebnych produktów i przyborów!). Odpowiednio do średniego wzrostu Polek 1.45 m. — 1.80 m. wysokość ławki pod wanienki do mycia naczyń powinna wynosić 0,67 m. — 0,80 m, przeciętna wysokość stołu do pracy nie powinna przekraczać 80 cm, stołu do prasowania lub poziomu ułożenia deski 75—78 cm. Kredens, szafa, czy półki na naczynia powinny być tak wysokie, by całkiem wygodnie bez posługiwania się krzesełkami można w nich układać czy znajdować potrzebne przybory (bardzo dobre półki w kred. ruchome - wysuwane). Niepraktyczne okazują się również za wysoko umieszczone półki na przetwory w śpiżarni — przegląd i kontrola będą ułatwione, gdy będą półki niższe, a raczej szersze, jeśli mamy dużo słoi, butelek i garnków z przetworami.

D. c. n.

MARIA DUDZIKÓWNA.



P R A C A

Może nas nigdy nie było,
może nas wcale nie ma.
Jest tylko wielka miłość
i chlebna, szeroka ziemia.

Nad nami,
w niebie niebieskim
ktoś jasne słońce zapalił.
Przez drogi wiejskie i miejskie
przejdziemy cisi i mali.

Przeminą nasze imiona
w dniach nowych,
jasnych i ciemnych.
Młodsze, silniejsze ramiona
podejmą trud nasz codzienny.

Może zawilej, lub prościej
z ziemi
jak z książki dla malców,
ktoś będzie uczył miłości,
piękna
i prawdy w walce.

I tylko po nas zostanie
coś, co odwiecznie powraca:
wielkie, największe kochanie
i prosta, najprostsza praca.

EDWARD SZYMAŃSKI.

Herbata, kawa i kakao

2

Próba wypadła dobrze i herbata stała się bardzo szybko ulubionym napojem Anglików. W pierwszej połowie XIX wieku zaczęła się pojawiać w Anglii herbata indyjska z Assan, w którym również dziko rosnący, jak w Chinach, krzew jej zaczęto już plantować. W 1826 r. Holendrzy przenieśli krzew na Jawę, a w 1856 r. pojawiła się pierwsza plantacja na Cejlonie. I w ciągu stu lat te nowe plantacje zepchnęły na dalsze miejsce produkcji i eksporcie odwieczne plantacje Chin.

Wskutek ustawicznego przycinania liści, pąków i młodych pędów zupełnie inaczej wygląda krzew dzikiej herbaty niż plantowanej. Dziko rosnący krzew herbaciany w Chinach dosięga 20 metrów, tworząc z wyglądu stożkowate drzewa o szarożółtych gałęziach. Hodowany krzew dochodzi najwyżej do dwóch metrów. Trzeba też dodać, że w Chinach trzyletni krzew już zaczyna się przycinać, a w Indiach nawet półroczny daje zbiór, to też kilkunastoletni krzew jest tak wysilony, że się go karczuje, sadząc na jego miejsce nowy.

Jak wygląda zbiór herbaty? W Chinach żniwa herbaciane odbywają się trzy do czterech razy w roku, na Jawie trwają cały rok, a więc we wszystkie pogodne dnie.

Zbiór polega na obrywaniu lub przycinaniu listków, bądź przy najdroższych herbatach — na pół rozwiniętych już pączków. Gdy jedne liście się oberwie, czeka się aż krzew wypuści nowe. Liść herbaciany, zależnie od stopnia rozwoju i gatunku, ma długość od 5 do 15 cm i od 1 do 2 cm szerokości. Oprócz liści dorzucają robotnicy do bambusowych koszyczków pojawiające się na krzewach kwiaty herbaciane, podobne z wyglądu do śliwkowych. Jeden robotnik może zebrać od 8 do 9 kg liści dziennie.

Po zebraniu liści przychodzi kolej na dalszą ich przeróbkę, by stały się gotowym towarem do wysyłki. I to przygotowanie surowych liści jest bardzo różne. Z tego samego liścia można wyprodukować herbatę koloru zielonego, żółtego, aż do najbardziej pospolitej u nas herbaty czarnej.

Zieloną herbatę dostaje się przez natychmiastowe przerabianie świeżych liści, a więc przez podsuszanie na siatkach na świeżym powietrzu bądź w prądzie sztucznie podgrzewanego powietrza, a następnie na gorących blachach, aż do zapocenia się liści perlistą, zieloną rosą. Po wystygnięciu i pewnym otrząśnięciu z nadmiaru rosy na specjalnych stołach, przychodzi moment zwijania liści bądź dawnym sposobem, ręcznie przez robotnice, bądź nowoczesnym za pomocą specjalnych maszyn. Takie zwinięte już listki dosusza się znowu powietrzem i na blasze, a wreszcie wykończa na kupkach przez mieszanie bambusowymi miotełkami.



Stosy kawy, gotowej do transportu.

Czarna herbata powstaje prze poddanie świeżych liści, zsypanych na kupkę, lekkiej fermentacji, po której praży się ją mocno na blachach, zwija, wreszcie dosusza nad węglami.

Obie te herbaty mają odmienny smak, ponieważ różne przyrządzenie daje jej pewien odmienny chemiczny skład. Czarna herbata im posiada więcej teiny, tym jest lepsza (teina — narkotyk, kawa posiada kofeinę, a kakao teobrominę), a dobra zielona czy żółta herbata odwrotnie, przy czym zielona jest aromatyczniejsza. Cierpkość swoją herbata zawdzięcza właśnie teinie oraz kwasowi garbnikowemu, aromat — olejkom aromatycznym. Chińska herbata jest na ogół aromatyczniejsza od pozostałych, zato indyjska, cejlońska i jawska posiada może więcej smaku (garbnika).

Chińczycy dla aromatu poza kwiatem herbacianym dodają jeszcze kwiatów niektórych roślin, jak oliwy wonnej, jaśminu wielkolistnego, kamelii białej, a do drogiej herbaty — zielonokwiatu itd. Poza tymi gatunkami herbaty wyrabiana jest herbata cegiełkowa, mająca szeroki zbyt zwłaszcza w Rosji i na Syberii. Wyrób jej polega na sprasowaniu wraz z klejem zwierzęcym lub nawet krwią bydlęcą wszelkich zmiotków i odpadków liści herbacianych, torebek nasiennych, ogonków i t. p. Jest to naturalnie herbata najtańsza, wygodna do transportu dla koczujących po bezdrożach ludzi.

Herbatę dla zachowania aromatu pakują najprzód bądź w cynfolię cynkową, ołowianą lub aluminiową, bądź też w blaszane pudełka.

Aby wszystkie te napoje były smaczne w piciu, wymagają przede wszystkim umiejętnego, choć tak bardzo prostego przyrządzenia. Zwłaszcza kawa i herbata są bardzo grymaśne. Kawa, posiadając prócz swoistego smaku jeszcze i aromat olejków eterycznych, w stanie mielonym bądź przez długie leżenie w upalonych całych ziarnach, traci ten aromat. Poza tym, by kawa była dobra musi być parzona wodą w stanie wrzenia.



Noszenie kawy.

Gotowanie kawy lub zalewanie tylko ciepłą wodą psuje zupełnie jej wartość, jako napoju. Amatorzy gorzkiej kawy dodają przy parzeniu do kawy trochę cykorii.

Również herbata wymaga zalewanie jej wrzątkiem (a nie gotowania!) i przeczekania, aż naciągnię przez 3 do 8 mi-

nut (chińska krócej, angielska i holenderska dłużej). Przez gotowanie wyparowują olejki aromatyczne, rozpuszcza się w wodzie białko, cała ilość garbnika, guma i t. d., co razem psuje smak.

Ponieważ kawa i herbata przez daleki transport i wysokie cło są drogie, dlatego oba te produkty, zwłaszcza herbata, ulegają fałszowaniu. Herbatę fałszują w olbrzymich ilościach, i często pijemy herbatę niezbyt oryginalnego pochodzenia. Fałszują różnymi domieszkami. Dla ciężkości np. dosypują piasku,



opiłek, poza tym fałszują innymi liśćmi, np. bzu dzikiego, jesionu, wiśni, poziomki i t. d., ale najczęściej przez sztuczne „odmłodzenie" raz już użytej herbaty. Taką herbatę, skupywaną po rozmaitych herbaciarniach i t. p., farbują, dodają roślinnego garbnika taniny it. p. i puszczają znów w obieg. Podobno sam rynek londyński sprzedaje rocznie olbrzymie ilości takiej herbaty. Łatwo ją rozpoznać przez zwilżenie paru listków i roztarcie na białym papierze. Fałszowana herbata zabarwi papier na żółto, zielono, niebiesko bądź czarno.

Rzecz prosta, że nie należy zaliczać do fałszowań wszystkich namiastek,



Kakao.

sprzedawanych za to, czym są, a więc kawy zbożowej, żołędziowej i t. d., które nie posiadają tych własności aromatycznych, ani smaku, co prawdziwa kawa, lecz zato są wyprodukowane we własnym kraju i mają dużo części pożywnych.

Mówiąc o herbacie, trzeba wspomnieć o tak zwanej polskiej herbacie z plantacyj bądź z dzikich krzewów, zbieranej przez naszych kolonistów w Paranie (Brazylia). Jest to roślina odmienna o nazwie herva-mate, której liście dają specjalny napój, mniej smaczny, zato posiadający właściwości usuwania z ciała zmęczenia (podobnie, choć może w wyższym stopniu, jak kawa).

Przeciętne roczne zużycie w kg na głowę w latach 1930—1933:

	Kakao	Kawa	Herbata
Holandia	6,1	5,1	1,72
Dania	0,7	7,6	0,17
Anglia	1,4	0,4	3,18
Francja	1,0	4,5	0,04
Niemcy	1,2	2,2	0,08
Szwecja	0,7	7,3	0,06
Stany Zjedn. A. P.	1,6	5,8	0,33
Polska	0,2	0,2	0,06

Na zakończenie podaję tabelkę zużycia na głowę ludności kawy, herbaty i kakao w niektórych państwach (Mały Rocznik Statyst., 1935 r.), która mówi sama za siebie.

W Londynie święcono niedawno w niezwykle uroczysty sposób 300-ną rocznicę wprowadzenia w użycie herbaty w Anglii. W związku z tym odbyła się w City wielka parada, w czasie której pokazano szerokim rzeszom publiczności wszystko, co ma jakikolwiek związek z pochodzeniem i używaniem tego napoju.

A więc w wielkim pochodzie przez ulice miasta kroczyły dumnie słonie, tudzież przedstawiciele wszystkich ras i ludów, zajmujących się uprawą herbaty. Ustalono przy tym, że pierwsza herbata pochodziła z Chin, a nie, jak się często przypuszcza, z Indii. Pierwsi sprzedawcy herbaty doszli do przekonania, że smak tego napoju polepsza się znacznie przez umiejętne mieszanie rozmaitych gatunków herbaty. To też z czasem powstał osobny zawód znakomitych nieraz mistrzów w zestawianiu najlepszych mieszanin rozmaitych odmian herbaty. Specjaliści tacy są szczególnie w Anglii — gdzie herbata jest niezwykle ulubionym i cenionym napojem — bardzo poszukiwani i doskonale płatni.

„Spece" w kosztowaniu herbat stworzyli ostatnio mieszaninę rozmaitych gatunków herbaty, którą uznano za najsmaczniejszą w tym roku. Jeden funt tej mieszaniny wręczony będzie w złotej kasecie królewskiej parze angielskiej. Równocześnie zaś funt tej samej herbaty w artystycznie wykonanej kasetce przeznaczony będzie na sprzedaż na cele filantropijne.

Szpitale i sierocińce angielskie, które otrzymają pieniądze z owej sprzedaży, mogą liczyć na wcale pokaźne sumy, gdyż — jak wiadomo — herbata jest narodowym napojem Anglików. To też olbrzymie ich rzesze niechybnie nalegać będą o kupienie „najsmaczniejszej" mieszaniny herbacianej bieżącego roku.

J. M.

Przepisy na czasie

Poniżej podajemy przepisy, które były przerabiane na kursie dla Koleżanek, zorganizowanym przez Referat Gospodarstwa Domowego Komisji do Spraw Kobiet Z. N. P. Kursy były prowadzone przez instruktorkę p. J. Dobkowską w Salonach Elektrowni Miejskiej, Marszałkowska 150.

Fritki.

1 kg ziemniaków,
tłuszcz do smażenia,
sól.

Sposób wykonania.

1. Ziemniaki obrać i pokroić: w plastry, paseczki lub ćwiartki. Osuszyć w ściereczce.
2. Rozgrzać tłuszcz — wrzucić ziemniaki po 8 minutach wyjąć—silnie rozgrzać tłuszcz i znów wrzucić ziemniaki. Zarumienią się na złoty kolor i będą chrupkie. Wyjąć, odcedzić posolić. Podać gorące.

Krokiety z ciasta ptysiowego i ziemniaczanego.

ciasto ptysiowe
12 dkg mąki
6 „ masła
1—¾ szkl. wody
2 szt. jaja
około ½ kg ziemniaków
sól
tłuszcz do smażenia
do panierowania
1—2 szt. jaj
8 dkg bułeczki tartej.

Sposób wykonania.

1. Ugotować ziemniaki, przepuścić przez maszynkę.
2. Zagotować wodę z masłem i solą, wsypać mąkę, ciągle mięszając. Kiedy masa odstaje od rondla, zestawić z ognia i wbijać po jednym całym jaju — ciągle mięszając.
3. Ciasta ptysiowego i ziemniaków powinno być tyle samo.
4. Połączyć dwa masy, wyrobić, formować wązkie, podłużne wałeczki o śr. 2 cm i dł. 5 cm lub kulki o śr. 4 cm. Obtoczyć w jajku i bułeczce.
5. Smażyć w dużej ilości dobrze gorącego tłuszczu. Można też ciasto kłaść łyżeczką tak, jak kluski kładzione — wprost do gorącego tłuszczu.

Racuszki ziemniaczane.

1 kg ziemniaków
½—¼ l. mleka
1 łyż mąki
2 jaja (żółtka + piana)
sól
tłuszcz do smażenia
sól, pieprz.

Sposób wykonania.

1. Ziemniaki obrać, zetrzeć na tarce, wycisnąć wodę (przez worek lub ścierkę).
2. Zagotować mleko i wrzątkiem zaparzyć odciśniętą masę ziemniaków (przy wlewaniu mleka — ciągle mięszać).
3. Dodać żółtka, mąkę, doprawić solą i pieprz. do smaku; wymięszać lekko z pianą.
4. Smażyć na rozgrzanym tłuszczu — niewielkie — cienkie placuszki.

Podać na gorąco z borówkami, konfiturą lub kapustą kiszoną.

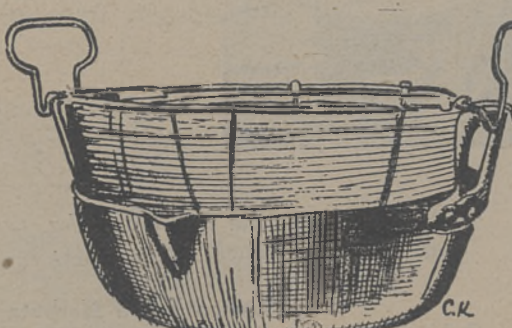
Brukselka smażona.

½ kg brukselki
ocet, sól, cukier,
tłuszcz do smażenia.

Sposób wykonania.

1. Zagotować wodę z octem, cukrem i solą — wrzucić opłukaną brukselkę, gotować do miękkości w rondlu odkrytym w dużej ilości wody — dobrze posolonej.
2. Wyjąć, odsączyć na sicie, dwukrotnie zanurzać w silnie rozgrzanym tłuszczu.

Podać do mięsa.



Garnek do smażenia.

Kule śniegowe.

12 dkg mąki
6 „ masła
3—4 szt. jaj
1szkl. wody
6 dkg pudru do posypania
tłuszcz do smażenia.

Sposób wykonania.

1. Zrobić ciasto ptysiowe.
2. Rozgrzać dobrze tłuszcz i łyżeczką wkładać możliwie jednakiej wielkości kulki. Kiedy wyrosną i zarumienią się na złoty kolor — odsączyć, jak pączki na bibule.
3. Kiedy trochę przestygną — posypać pudrem; można podać z sokiem gęstym, z konfiturą i t. d.

Ołatki z jabłkami.

10 dkg mąki
3 szt. jaj (żółtka + piana)
½ kg jabłek
mleko
1 łyż. oliwy
8 dkg pudru do posypania
tłuszcz do smażenia.

Sposób wykonania.

1. Zrobić ciasto z mąki, mleka, oliwy, żółtek i piany (gęstość — dobrze gęstej śmietany.
2. Jabłka obrać, pokroić w plastry.
3. Jabłka zanurzać w cieście i smażyć okrągłe, małe placuszki na silnie rozgrzanym tłuszczu.
3. Po usmażeniu posypać pudrem; podać na gorąco.

Raczuchy drożdżowe.

20 dkg mąki
2 „ drożdży
2 „ szt. jaj
2 dkg cukru
skórka cytrynowa
tłuszcz do smażenia
6—8 dkg pudru do posypania.

Sposób wykonania.

1. Zrobić ciasto drożdżowe, dość rzadkie.
2. Kiedy wyrośnie, kłaść łyżką ciasto na gorącu tłuszcz.
3. Po usmażeniu, osączyć z tłuszczu na bibule, jak pączki; posypać pudrem. Podać na gorąco.

Pierogi z ciasta ziemniaczanego z kiełbasą i sałatką.

1 kg ziemniaków
20 dkg mąki
1 szt. jajo
¼kg kiełbasy
tłuszcz do smażenia.
Sałatka.
¼ kg kapusty kiszonej
1 szt. ogórek kiszony
1 szkl. śmietany
sól, cukier.

Sposób wykonania.

1. Ziemniaki ugotować, przepuścić przez maszynkę, wymięszać z mąką i jajkiem.
2. Kiełbasę pokroić na jednakowej wielkości kawałki.
2. Robić placuszki z ziemniaczanego ciasta, zawinąć w każdy placuszek kawałek kiełbasy, zlepić brzegi białkiem.
4. Smażyć pierożki na silnie rozgrzanym tłuszczu. (Pierogi można pomaczać w jajku i bułeczce a potem smażyć).

Podać na gorąco z sałatką.

Blinki ziemniaczane.

½ kg ziemniaków
4 dkg masła
1 łyż. mąki
4 jaja (żółtka + piana)
cukier do smaku
tłuszcz do smażenia
puder do posypania.

Sposób wykonania.

1. Utrzeć masło na śmietanę, dodawać po jednym żółtku, ciągle mięszając.
2. Ugotować ziemniaki, przepuścić przez maszynkę, połączyć z masłem utartym z żółtkami.
3. Ubić pianę, lekko wymięszać z całą masą.
4. Ciasto kłaść łyżką na gorący tłuszcz. Smażyć na złoty kolor na gorąco, posypać cukrem.

Jeść gorące.

SAŁATKA ZIEMNIACZANA.

Proporcja:

30 dkg. ziemniaków
15 dkg. szprotek
1 ogórek
1 jabłko
2 łyżki oliwy
sól, sok z ogórków.

Sposób wykonania:

1. Ziemniaki ugotować w mundurkach, obrać, ostudzić, pokroić w kostkę.
2. Szprotki obrać, pokroić w kostkę.
3. Obrany ogórek i jabłko pokroić w kostkę.
4. Wszystko wymieszać, doprawić solą, oliwą i sokiem z ogórków lub cytryną.

Komisja do Spraw Pracy Kobiet Związku Nauczycielstwa Polskiego

NOWE ODDZIAŁY.

Jarocin.

Przy Oddziale Powiatowym w Jarocinie został zorganizowany Referat do Spraw Pracy Kobiet.

Kierowniczką Referatu jest kol. Bronisława Winiarska z Jaraczewa.

Stanisławów.

Dnia 3 lutego r. b. powstał przy Zarządzie Ogniska Referat do Spraw Pracy Kobiet, który prowadzi kol. Bieleninowa Anna.

Wilanów.

Przy Zarządzie Ogniska w Wilanowie istnieje już dwa lata Referat do Spraw Kobiet.

Obecnie kierowniczką referatu jest kol. Maria Jasińska.

Wilanów projektuje zorganizowanie w okresie wakacyjnym kolonii dla dzieci w jednej z miejscowości klimatycznych.

Byłoby dobrze, żeby Koleżanki zechciały się wypowiedzieć w tej sprawie, aby się można było zorientować czy znalazłaby się odpowiednia grupa dzieci.

WARSZAWA.

Zebranie miesięczne.

Dnia 3 marca o godz. 18-ej w Gmachu Głównym Z. N. P., Smulikowskiego 1 (na parterze) odbędzie się miesięczne zebranie Referatu Gospodarstwa Domowego, z następującym porządkiem obrad:

1. Odczytanie protokułu z poprzedniego zebrania;
2. Sprawozdanie z działalności;
3. Nie mam czasu — ref. kol. Maria Wiąckowa
4. Komunikaty organizacyjne (kursy, pokazy, wystawa, sprzedaż artykułów, zniżki);
5. Konkurs na budżet domowy;
6. Wycieczka do Ameryki;
7. Wolne wnioski.

KURSY W ELEKTROWNI.

W dniach 9, 13 i 20 marca o godz. 17 m. 30 odbędą się w Salonie Elektrowni Miejskiej, Marszałkowska 150 (wejście od Kredytowej) kursy przyrządzania potraw.

Dnia 9 marca: ryby morskie ze specjalnym uwzględnieniem śledzi.

Dnia 13 marca: potrawy postne.

Dnia 20 marca: ciasta wielkanocne.

Kurs jest bezpłatny. Koleżanki płacą tylko zwrot kosztów produktów, który wynosi przeciętnie 1 zł.

POKAZ W GAZOWNI.

W dniach 6 i 7 marca o godz. 17 m. 30 w Gazowni Miejskiej, Kredytowa 3, odbędzie się pokaz oszczędnego obchodzenia się z gazem, gotowania, pieczenia, prasowania i przygotowywania kąpieli.

Wstęp bezpłatny dla członków Z. N. P. i ich rodzin.

Zapisy na kurs przyjmuje Referat w 18-ej do 20-ej, pokój 118 oraz w środy od 15—16-ej, telefon 5.82.82.

SPRZEDAŻ PO CENACH HURTOWYCH.

Podczas dyżurów Referatu G. D. są sprzedawane po cenach hurtowych, artykuły spożywcze, kolonialne, mydlarskie i inne.

KONKURS Z NAGRODAMI.

Dla Koleżanek biorących udział w kursie przyrządzania potraw, będzie zorganizowany konkurs.

Wiele cennych nagród.

Szczegóły w następnym numerze.

PREMIE DLA CZYTELNICZEK.

Czytelniczki, które wpłaciły 5 zł tytułem rocznej prenumeraty i 1 zł 50 gr tytułem kwartalnej prenumeraty proszone są o wpłacenie pierwsze 50 gr, drugie 25 gr, jako zwrotu za przesyłkę premii.

Po wpłaceniu — premie zostaną natychmiast wysłane.



W MIESIĄCU MARCU KAŻDA Z CZYTELNICZEK WPŁACAJĄCA PRENUMERATĘ ROCZNĄ, LUB KWARTALNĄ, NIEZALEŻNIE OD PREMII KSIĄŻKOWYCH MA SZANSE OTRZYMANIA KSIĄŻECZKI P. K. O. Z WPŁACONĄ NAŃ SUMĄ 5 ZŁ.

POCZĄWSZY OD 1 MARCA CODZIENNE, SPOŚRÓD WPŁAT, JAKIE OTRZYMA W TYM DNIU ADMINISTRACJA, BĘDZIE WYLOSOWANA JEDNA, KTÓRA OTRZYMA NAGRODĘ.

W TEN SPOSÓB W MIESIĄCU MARCU 31 CZYTELNICZEK OTRZYMA KSIĄŻECZKI P. K. O. Z WPŁATĄ PO 5 ZŁOTYCH.

NIEZALEŻNIE OD TEGO MIĘDZY WSZYSTKIE CZYTELNICZKI ZOSTANĄ ROZLOSOWANE W DNIU 3 KWIETNIA TRZY CENNE NAGRODY.

ZAPRASZAMY DO KONKURSU.

Sekcja Szkolnictwa Średniego Z.N.P. organizuje dla członków i wprowadzonych gości

CYKL ODCZYTÓW DYSKUSYJNYCH

p. t.

W obronie kultury

3 marca — DR ALBIN JAKIEL — O podstawowe elementy kultury
Doc. Uniw. Genewskiego

10 marca — DR T. KOTARBIŃSKI — O prawa rozumu
Prof. Uniw. J. P. w Warszawie

17 marca — JAN PARANDOWSKI — Myśli o kulturze

20 marca — DR MANFRED KRIDL — Sztuka a kultura doby obecnej
Prof. Uniw. w Wilnie

24 marca — DR CZ. ZNAMIEROWSKI — Kryzys kultury
Prof. Uniw. w Poznaniu

31 marca — H. NIENIEWSKA — O ideał wychowawczy doby współczes.

Odczyty odbędą się w lokalu Zw. Nauczycielstwa Polskiego — Smulikowskiego 1 (dojazd tramwajami P, Z i autobusem B) w sali parterowej gmachu głównego.

Wstęp dla członków Z. N. P. 30 gr, dla niečzłonków 60 gr.

Początek odczytów o godzinie 19.

Chcę schudnąć!

Od Redakcji.
W znanym miesięczniku francuskim Beauté ukazał się ciekawy artykuł Claude Malays o odchudzaniu się. Ponieważ wiemy, że temat ten zainteresuje nasze Czytelniczki, podajemy artykuł w tłumaczeniu.

Gdy rozpocznie Pani kurację odchudzającą natychmiast natknie się Pani na pewną ilość trudności, pierwsza może najbardziej niepokonana pochodzić będzie od Pani otoczenia. Każdy Pani powie:

— „Ależ ty masz bzika, moja droga, zmarnujesz się, wpadniesz w suchoty... Ten system jest dziwaczny; jedz że, skoro tylko głód odczuwasz, jedz dowoli, aż do nasycenia".

Jeżeli Pani jest zamężna, mąż Pani będzie wzruszał ramionami, jeżeli Pani ma już duże dzieci, będą się z Pani śmiały; Pani najlepsza przyjaciółka — jeżeli jest choć trochę otyła — niechętnie będzie patrzała na to, że Pani chudnie (nie bardziej przychylnie zresztą, jeżeli jest wysmukła).

Najbardziej wyrafinowane z udręczeń to przyjmowanie posiłku przy wspólnym stole rodzinnym, widzieć, jak inni jedzą i samemu się od tego powstrzymywać. Trzeba dużo woli i odwagi, aby się nagiąć do raz ustalonego systemu.

W ciągu pierwszych ośmiu dni będzie Pani głodna, będzie Pani nawet bardzo głodna. Niech więc Pani je sałatę, sałatę surową, w dużych ilościach, która zapcha Pani żołądek i oszuka głód. Niektórzy specjaliści radzą zażywać *nowo brol.* Stężony roztwór w filiżance gorącej wody stanowi doskonały środek uspakajający. Niech Pani walczy, niech Pani nie pozwala, aby głód Panią opanował; niektóre osoby odczuwają głód przez tydzień, inne tylko przez pierwsze trzy dni. Za to pozbędzie się Pani tej ociężałości, jaka nas zawsze ogarnia po obfitym obiedzie. Jakie uczucie oswobodzenia i jaka lekkość w chodzie!

Pomyśleć, że największa część energii ludziej całej kategorii jednostek zużywa się w 90% na strawienie posiłków stanowczo nadmiernych; pomyśleć, że pierwszym grzechem ludzi jest nadmierne jedzenie; jak tylko jednostka ludzka wspina się na wyższy szczebel drabiny społecznej, jej pierwszą troską jest spożywanie lepszego jedzenia.

Dużym minusem tej kuracji to zły wygląd. Pani wie, jak się odbywa chudnięcie: dostarczać zaledwie 1200 kaloryj organizmowi, który wymaga 1800 kal.; te 600 brakujących kaloryj muszą być dostarczone z naszego własnego ciała; nasze mięśnie, poruszając się i pracując, muszą skonsumować swój własny tłuszcz. W ciele naszym jest pokład centymetrowej grubości tłuszczu, ten pokład musi się zredukować do grubości 8—7 milimetrów. Rozumie Pani dobrze, że takie zjawisko nie może się odbywać bez pewnego wysiłku, bez głębokiej zmiany naszych mięśni i tkanek. Wskutek tego musi się Pani zdecydować na to, że przez pewien czas, będzie Pani trochę źle wyglądała. Zaradzi temu złu niewielka warstewka szminki zręcznie nałożonej. Za to później skóra Pani nabierze wyglądu młodzieńczego, będzie się Pani wydawała zupełnie odświeżoną.

Trzeba wreszcie wskazać jeszcze na jedną niewygodę tej kuracji, która się zaznaczy nie na początku, ale raczej pod koniec — to obstrukcja. Wszystkie organy, które były rozszerzone, póki właścicielka pobierała 2 lub 3 razy dziennie ilości pokarmu potrzebne do normalnego wyżywienia, teraz zaczynają się kurczyć stopniowo, nieustannie ale dość wolno.

Ściągnięcia jelit staną się rzadsze wskutek dostarczania zmniejszonych porcyj. Na to jest tylko jedna rada: pochłanianie rozczynów, które powiększą objętości Pani jelit, nasiąkających, pęczniejących cieczami, ale nie przyniosą żadnej daniny w kaloriach; w pewnych wypadkach można — ale nigdy bez poradzenia się uprzednio lekarza — przyjąć środki rozwalniające, ale te są potrzebne dopiero w drugiej części kuracji.

Dajemy Pani tutaj obraz amerykańskiego systemu odchudzania, czynimy to dlatego, że zagadnienie schudnięcia było od dłuższego czasu studiowane w Ameryce; były też przedmiotem porozumienia się ekspertów o wiele liczniejszych niż we Francji.

Ten system jest wynikiem dużej ilości doświadczeń przeprowadzonych na tysiącach jednostek i stanowi w pewnej mierze system najbardziej skuteczny.

System ten, zgodnie z amerykańskimi zwyczajami, opiera się przeważnie na dwóch posiłkach: małym z rana i ważniejszym wieczorem. Posiłek ranny jest rzeczywiście lunchem najbardziej uproszczonym, ograniczając się do filiżanki mleka i jakiegoś owocu albo sałaty.

Byłoby oczywiście bardziej logicznie przyjmować posiłek wieczorny tak jak w Ameryce dość wcześnie; we Francji bardzo często je się obiad o 8 wieczorem i od śniadania do obiadu upływa 11 do 12 godzin, co ma w sobie tę niedogodność, że wywołuje bardzo silny głód, który utrudnia stosowanie się do reżimu. Niemniej, jeżeli Pani przyjmie system amerykański, trzeba umieć podporządkować się jego dyscyplinie. Przekonamy się, że ten system jest oparty na spożywaniu owoców i jarzyn, to znaczy, że pozwala pochłaniać duże ilości pokarmów mających w każdym razie małą wartość kaloryczną, to znaczy mało pożywnych.

Wyższość systemu amerykańskiego polega na tym, że nie uwzględnia on sosów. Wiadomo, że sos jest wielkim wrogiem kuracji odtłuszczającej, gdyż

Chcę schudnąć!

(Dokończenie ze str. 8-ej).

jest zawsze zrobiony z tłuszczów albo mąki, pokarmów bardzo pożywnych.

Konieczne jest dać pewne objaśnienie na temat tych menu angielskich, które są wyraźnie różne od normalnej kuchni stosowanej we Francji. Trzeba wiedzieć, że w Ameryce potrawy są przygotowywane na prędce, składając się zazwyczaj z mięsa smażonego, z jarzyn gotowanych w wodzie, mleka i masła. Dla wielu Amerykan główną część pożywienia stanowi pokarm z konserw.

Jednym z podstawowych artykułów spożywczych jest sałata, ale ta sałata zawiera różne rodzaje zarówno jarzyn jak i owoców. Jest na ogół bardzo mało przyprawiona, albo nawet wcale. Przyprawa składa się z bardzo małej ilości oliwy, trochę octu, lub soku z cytryny. Jarzyny są gotowane w wodzie i bez żadnego sosu. Ziemniaki są albo gotowane w wodzie, „ziemniaki po angielsku", albo też — pieczone w piecyku.

Crakers. Crakers jest to mały biszkopt, specjalny, jaki wyrabiają w Anglii i w Ameryce do jedzenia z masłem lub serem.

Potrawy zbożowe. Nazywamy potrawami zbożowymi ziarna zboża, jęczmienia, owsa, ryżu, które zostały doprowadzone do pewnego stanu transformacji, pozwalającej na specjalnie szybkie ugotowanie. Te potrawy zbożowe znajdują się we Francji, np. w „Quakers Oats".

Plasterki bekonu są to zraziki słoniny specjalnie przyrządzonej, częściowo wędzonej, którą się sprzedaje nawet w Francji pod nazwą „bakon" i które są wytworem wielce konsumowanym zarówno w Anglii, jak i w Ameryce, i które służą przede wszystkim do robienia jajek na słoninie — jest to narodowa potrawa przy rannym śniadaniu.

CLAUDE MALAYS

Z franc. tłum. J. E. W.

D. c. n.

Co nam przynosi moda?

ZAPOWIEDŹ WIOSNY.

Podczas, gdy świat sportowy z utęsknieniem oczekiwał białej zimy, która nam w tym roku nie dopisała, w świecie mody już myślano o wiośnie. Cóż nowego nam przyniesie?

Zdecydowanie sylwetka Pani uległa zmianie.

Zarzucono prostą linię.

W numerze bieżącym pomówimy o kostiumie, który pozostaje nadal niezastąpioną toaletą na przedpołudnie.

Kostium:

Znacznie dłuższy niż zeszłoroczny. Przeładowany ozdobami, rewersy w ząbki, zakończone galonikami.

Spódnica krótsza i poszerzona przez fałdy, plisy godety, wstawione marszczenia oraz klosze. Wielkie bogactwo pomysłów, kombinacji kolorów, dzięki zestawieniu spódnicy, bluzki i żakietu w różnych barwach.

Naprzykład: spódnica z rdzawej wełny, żakiet żółty wełniany w fasonie kamizelkowym jednocześnie zastępuje bluzkę; a dopełnieniem stroju narzucony żakiet, nieco dłuższy, luźny, w zieloną kratę.

Trzeba stwierdzić, iż harmonijne zestawienie szczegółów stroju Pani, skompletowanie pantofli, kapelusza, torebki i rękawiczek w jednym odcieniu już minęło. Obecnie w tej dziedzinie panuje wielobarwność. Akcentuje tonację kolorów odpowiednio dobrana do całości stroju — bluzka.

Świetnie wykorzystać i odświeżyć można kostium, stosując różnego rodzaju bluzki.

Modna bluzka — bogato przybrana, koronką, aksamitną, wstążkami i pomysłowymi guzikami. Kłopotliwe, drobno marszczone karczki — (sprawiają tyle kłopotu przy praniu) — drapowane rękawy, plisy i fałdki. Szczególnie ozdobne są plastrony, wymykające się dyskretnie spod klap kostiumu.

Podaję kilka przykładów bluzek:

1. Bluzka z białego woalu lub jedwabiu, ozdobiona niebiesko - czerwonym krzyżykowym haftem o ładnym ściegu. Bluzkę taką może każda Pani niewielkim nakładem pracy sama wyhaftować.

2. Bardzo ładny efekt daje bluzka z tego samego materiału co i podszewka żakietu.

3. Na przedpołudnie ma zastosowanie bluzka z prążkowanej wełny. Materiał zestawiamy podłużnie i poprzecznie.

Praktycznym Paniom nie zabraknie pomysłów do wszelkiego rodzaju przeróbek, ale należy stwierdzić, że utrudnia to obecnie tak skomplikowana sylwetka nowoczesnej Pani.

LIDIA GÓRSKA.

Właściciel rozrachunku (nazwa wydawnictwa):
Kurier Demokratyczny (Mój Dom)
Warszawa I, Smulikowskiego 5 m 8.

Nr. rozrachunku **209**

na zł .... gr ....

Wpłacający:
(nazwisko) ....
(imię) ....
zawód ....
Poczta: ....
miejscowość: ....
ulica ....
numer domu .... numer mieszkania

Dzień wpłaty

PRZEKAZ ROZRACHUNKOWY

Nr rozrachunku **209**

na zł. .... gr. ....
złote słownie .... gr jak wyżej

Właściciel rozrachunku (nazwa wydawnictwa)

KURIER DEMOKRATYCZNY (Mój Dom)

Warszawa I, Smulikowskiego 5 m. 8

POCZTA: Smulikowskiego 5 m. 8

Podpis przyjmującego	Dzień wpłaty	Numer nadawczy	Stempel okręgowy

Przepisy na czasie

KNEDLE Z POWIDŁAMI.

Proporcja:

60 dkg ziemniaków
8 dkg. mąki
20 dkg. powideł
1 jajko, sól.

Sposób wykonania:

1. Zrobić ciasto z ugotowanych i przepuszczonych przez maszynkę ziemniaków, mąki i jaja.
2. Ciasto wyłożyć na stolnicę (podsypaną mąką), zrobić wałek, pokroić w kawałki.
3. Każdy kawałek rozpłaszczyć, położyć na nim trochę powideł, lub śliwkę, robić kulki.
4. Wrzucać na wrzącą osoloną wodę i gotować 3—5 minut.

Uwaga! Można również ciasto lekko wywałkować, robić szklanką krążki i dopiero kłaść nadziankę. Te same knedle są bardzo smaczne z kiełbasą serdelową.

JAJA FASZEROWANE.

Proporcja:

4 jaja
pół śledzia
1 dkg. kaparów
2 dkg. musztardy
1 łyż. śmietany
sól, pieprz.

Sposób wykonania:

1. Jaja ugotować, ostudzić w zimnej wodzie, obrać, przekroić wzdłuż na połowy, wyjąć żółtko.
2. Śledź oczyścić, obrać z ości, przepuścić przez maszynkę, dodać posiekane kaparki, lub zieloną pietruszkę, rozetrzeć z żółtkami, dodając musztardę, kaparki i śmietanę.
3. Otrzymaną masą napełniać połówki, tak żeby im nadać formę całego jaja.
4. Ułożyć na półmisku, na podkładzie z majonezu.
5. Ubrać zieleninką, rzodkiewkami, lub tym podobne.

KLUSECZKI Z KASZY MANNY.

Proporcja:

1 jajo
2 dkg. masła
2 dkg. kaszki.

Sposób wykonania:

1. Masło utrzeć z żółtkiem.
2. Ubić pianę.
3. Do utartej masy dodawać naprzemian lekko mieszając pianę, oraz surową kaszkę.
4. Na wrzącą osoloną wodę kłaść łyżeczką małe kluseczki (gotować w parze pod przykrywą).

Podawać z masłem, lub do rosołu.

Dalszy ciąg nastąpi.

Co można wyrabiać z mleka

Głównym produktem technicznym, otrzymywanym z mleka jest kazeina, czyli sernik, zawarty w mleku w ilości trzy procent. Sernik ten strącony z mleka, odcedzony, przemyty, prasowany, suszony, rozdrobniony, daje lekko żółty proszek znany pod nazwą kazeiny. — Używa się kazeiny:

1) Do wyrobu cennych klejów, kitów i farb.
2) Do wyrobu mas plastycznych, jak galalit, używany jako sztuczna kość słoniowa do wyrobu grzebieni, klamerek, piór wiecznych.
3) Do wyrobu sztucznej skóry, masy podobnej do linoleum, celuloidu itd.
4) Do wyrobu cenniejszych mydeł toaletowych.
5) W przemyśle papierniczym do wyrobu papieru glansowanego, tapet do zmywania kartonów nieprzemakalnych itp.
6) W przemyśle drzewnym do sklejania oklejek czyli fornierów i sklejek czyli dykt, do wyrobu sztucznego drzewa — czyli plastycznej masy z trocin.
7) W przemyśle włókienniczym do apretury tkanin i utrwalania w nich barwnika.
8) Do wyrobu sztucznej wełny, z mleka czyli lanitalu.

Sprawdził ....
Wpisał ....
Nr listy rozrachunkowej ....
Dzień nadesłania

Miejsce dla pisemnych wskazówek, tytuły wpłaty oraz okres czasu, do którego wpłata się odnosi. Korespondencja, zawierająca treść inną, podlega opłacie przez naklejenie znaczka pocztowego w wysokości 10 gr.

Należność za miesiące: .... zł ....

Za Porto ....

Ruch Spółdzielczy

POŚWIĘCENIE OBWODOWEJ HURTOWNI SPÓŁDZIELCZEJ W ROZWADOWIE.

Celem sprawniejszej i tańszej obsługi miejscowych spółdzielni rolniczo - handlowych, sklepów Kółek Rolniczych i drobnego kupiectwa zorganizowano w Rozwadowie spółdzielczą hurtownię, dostarczającą artykuły użytku domowego i rolniczego. O potrzebie jej świadczą obroty, przekraczające 60 tys. zł.

URUCHOMIENIE MAGAZYNU W JAROSŁAWIU.

Z funduszów Spółdzielczego Banku Rolnego w Jarosławiu wybudowano magazyn zbożowy o pojemności 300 ton, celem skupu zboża od okolicznych drobnych rolników. W dotychczasowej krótkiej swej działalności, magazyn znakomicie spełnia swoją rolę, regulując nadmierną sezonową podaż, płacąc ceny wyższe od miejscowych kupców zbożowych. Obroty dzienne wynoszą do 3 wagonów zboża.

niu z r. 1937 liczba spółdzielni trudniących się zbytem jaj powiększyła się o 100 proc.

SPÓŁDZIELNIA PSZCZELARSKA WOJ. WILEŃSKIEGO.

Z inicjatywy Wojewódzkiej Sekcji Pszczelarskiej powstała nowa Spółdzielnia Pszczelarska dla województwa wileńskiego i sąsiednich. Celem spółdzielni jest racjonalne zorganizowanie handlu miodem.

KURSY KORESPONDENCYJNE ZWIĄZKU „SPOŁEM".

Spółdzielcze Kursy Korespondencyjne, prowadzone przez Związek „Społem" liczyły z dniem 1 stycznia br. 3.028 uczestników, wobec 1.500 w roku ub., z czego studiujących indywidualnie było 557 osób, w zespołach 407 oraz na kursie skróconym, w tzw. grupie organizacyjnej spółdzielczości spożywców — 2.064 osoby.

SPÓŁDZIELNIA ZBYTU ZWIERZĄT RZEŹNYCH W WIELKOPOLSCE.

W ostatnim czasie na terenie Wielkopolski

BUDOWA GMACHU SZKÓŁ SPÓŁDZIELCZYCH W WARSZAWIE.

Komitet Budowy Gmachu Szkół Spółdzielczych w Warszawie na ostatnim swym posiedzeniu, po rozpatrzeniu stanu prac przygotowawczych do budowy oraz posiadanych przez Stowarzyszenie Szkoły Spółdzielczej funduszów na ten cel — postanowił wczesną wiosną rb. przystąpić do budowy. Ponieważ posiadane przez Stow. Szkoły Spółdz. 275.000 zł. stanowią jedną trzecią ogólnego kosztorysu, Komitet Budowy postanowił w rb. przeprowadzić energiczną akcję zbiórki. Obok wpływów od instytucji — przewidziane są poważniejsze wpływy ze zbiórki indywidualnej drogą sprzedaży „cegiełki" jednozłotowej wśród członków spółdzielni i związków zawodowych. Obecni na posiedzeniu członkowie Komitetu Budowy zapoczątkowali tę akcję przez nabycie po 5 cegiełek. Dla spopularyzowania akcji zbiórkowej powołano specjalną Komisję Propagandową, w skład której weszli przedstawiciele wszystkich polskich związków spółdzielczych.



NOWE SAMODZIELNE SKŁADNICE ZW. „SPOŁEM".

Wobec znacznego wzrostu obrotów spółdzielni niektórych okręgów oraz wciąż wzrastającej ich liczby, zaszła potrzeba uruchomienia nowych central handlowych Związku Spółdzielni Spożywców „Społem". W związku z tym uruchomiono 5 samodzielnych składnic, a mianowicie: w Ciechanowie, Drohobyczu, Grodnie, Krośnie i Pińsku.

ZBIÓR JAJ PRZEZ SPÓŁDZIELNIE ROLNICZE.

W roku 1938 spośród czynnych spółdzielni mleczarskich, rolniczo-handlowych i innych rolniczych, około 800 spółdzielni i ich filii zajmowało się zbytem jaj. Ilość jaj zebranych w 1938 r. przez wiejskie spółdzielnie określana jest na ok. 5 milionów kg. W porówna-

podjęta została z inicjatywy Wielkopolskiej Izby Rolniczej i Wielkopolskiego Tow. Kółek Rolniczych, akcja zorganizowania spółdzielczego zbytu zwierząt rzeźnych. W ciągu 1937 i 1938 r. powstało 14 spółdzielni zbytu zwierząt rzeźnych, skupiających już ponad 4.000 członków.

POŁĄCZENIE WOŁYŃSKIEGO ZW. SPÓŁDZIELCZEGO „HURT" ZE ZWIĄZKIEM „SPOŁEM".

Dnia 20 grudnia r. ub. odbyło się Walne Zebranie Wołyńskiego Związku Spółdzielczego „Hurt". Na podstawie przeprowadzonych przez zarząd i specjalną delegację „Hurtu" pertraktacyj, walne zebranie uchwaliło połączenie ze związkiem „Społem". Uchwała zapadła wszystkimi głosami przy jednym wstrzymującym się.

Ciekawostki

CIEKAWY POLSKI WYNALAZEK

P. Władysław Niderliński wymyślił aparat telefoniczny, umożliwiający telefonowanie bez słuchawek. Nowy wynalazek umożliwia prowadzenie rozmowy telefonicznej bez trzymania słuchawek w ręce. Co więcej, słuchawka ta nie jest w ogóle konieczna do słuchania rozmowy. Telefon w nowej postaci przypomina mały aparat radiowy. Posiada tylko na froncie tarczę do automatycznego nastawienia numeru, podobnie jak dotychczasowe telefony. Po nastawieniu numeru uzyskaniu połączenia, można prowadzić rozmowę nawet w kilkometrowej odległości od aparatu. Nie musi się nawet stać przed aparatem. Z boku lub nawet za aparatem stojąc, można swobodnie prowadzić rozmowę. Słyszy się doskonale rozmówcę, a rozmówca słyszy nas, mimo że podczas rozmowy przechadzamy się w pobliżu aparatu. Jest to ważne ułatwienie dla ludzi dyktujących. Można rozmawiając wykonywać różne czynności, jak np. szukać akt, swobodnie notować i t. d. Gdy aparat znajduje się np. w biurze, w którym pracuje kilku ludzi, aparat sam wzywa do telefonu daną, właściwą osobę, która oczywiście w razie potrzeby, może przez zwyczajne przełożenie lustra spowodować, że rozmowa staje się słyszalną tylko dla niej przez słuchawkę.

MĄDROŚĆ OSY.

Jeden z uczonych, który przeprowadzał obserwacje nad życiem os, doszedł do ciekawych wniosków. Twierdzi on, że osa wie z góry, jakiej płci będzie miała potomstwo. Ponieważ larwy os płci żeńskiej są o wiele bardziej żarłoczne, niż larwy płci męskiej — osa matka wiedziona tajemnym instynktem przynosi zawsze larwom - samicom dokładnie podwójną porcję żywności, larwy samców muszą się kontentować połową porcji żarłocznych samic. Co ciekawsze, osa przygotowuje odpowiednie zapasy, zanim jeszcze larwy wyklują się z jajek, a więc już wtedy wie, czy z jajka wykluje się samiec czy samica. Jeszcze jeden niezbadany fenomen natury!

Poprzez Europę

o sztuce kulinarnej i o sztuce prowadzenia domu

Cyganki, siedząc na brzegu chodnika, przygotowują pieczoną kukurydzę. Rozkoszne figurki hinduskie, w malowniczych łachmanach o barwach jaskrawych dostosowanych do palącego słońca. Mają na sobie obfitość spódnic i spódniczek, które się kołyszą w czasie chodzenia, podkreślając zalety bioder i ukazując linię biustu, wyjątkowo wytworną. O ile kostki są dyskretnie osłonięte, o tyle przód ich bluzek bywa często rozchylony aż do pasa i pozwala dostrzec piękne piersi. Robią wrażenie mamek, u których łona napróżno szukalibyśmy niemowlęcia.

Z papierosem w ustach, z barwnym kwiatkiem zatkniętym za ucho, rozkładają swój kramik: dwa worki, z których jeden zawiera ciężkie kłosy kukurydzy, drugi węgiel drzewny; nadto kubek napełniony słoną wodą.

Stawiają prędko piecyk przy strumieniu, aby piec złocistą kukurydzę. Przed sprzedaniem jej komukolwiek z przechodniów maczają ją w zimnej, słonej wodzie. Szereg kupujących jest nieprzerwany — jesteśmy w Bukareszcie — dorośli i malcy ogryzają ten sam kłos. Jakaż uczta! I jak błyszczą oczy podczas delektowania się smakowitym owocem!

*

Gościom, których się chce uczcić, podaje się dwie potrawy pierwszorzędnej wagi: pierwsze to jagnię, pieczone w całości narożnie, drugie to prosię z ogonkiem zakręconym w grajcarek. Te tłuste mięsiwa podaje się z zieloną papryką, tak lubianą prze mieszkańców środkowej Europy z plasterkami czerwonych buraków, korniszonów i ziemniaków.

Ze względu na ciekawość, jaką budzą rzeczy obce, podajemy następujący jadłospis: 1) Zupa z papryką czerwoną, z drobiu, ze śmietaną, z kawałkami kurczęcia. 2) kiełbasa, (salami), szynka zwinięta w rulon, kawałki białego słonego sera. 3) Duże sztuki pieczystego. 4) Lody. 5) Ciastka i owoce regionalne.

*

Jakkolwiek mamy wiele doskonałych potraw w naszym kraju, nie dorównywają one pod względem liczby i różnorodności zimnym i gorącym potrawom Polski, sławnym „zakąskom“, które się spożywa stojąc, w sali nie będącej właściwą salą jadalną; są zakropione wódką wystawiają żołądek nowicjuszy na ciężką próbę, gdyż cudzoziemiec poczytuje je często za właściwy posiłek i z przerażeniem otwiera oczy, słysząc potem, jak meldują: „obiad gotowy“. Ten obiad rozpoczyna się od barszczu, zupy ze sfermentowanych buraków, bardzo cenionej przez Polaków.

*

Oto dla naszych czytelniczek dwie potrawy wyborowe, które w zeszłym roku podawano w Wenecji: a) rak morski w cieście z sosem tatarskim.

b) Kotlety z kurcząt bez kości.

A oto dla smakoszów - mężów przepis na tę potrawę. kurczę upieczone, następnie oczyszczone z kości i zamienione w kotlety, pokryte z wierzchu i od spodu plasterkiem szynki. To wszystko potem umaczane w rozbitym jajku, posypane permezanem i siekanymi truflami, a wreszcie przysmażone na maśle. Jest to poprostu wyborne.

*

Na dachach niektórych chat rumuńskich nie można wcale spostrzec kominów, ponieważ kanały tychże kończą się na samym strychu. Tam się umieszcza mięsiwa, które się ma przyrządzić i w ten sposób są one automatycznie wędzone. Nie trzeba dodawać, że ten system niebardzo zapewnia normalny przepływ powietrza (ciąg) w kominie, i że często mieszkańcy ulegają uwędzeniu w tym samym stopniu, co ich szynki.



*

Oziębiacze naturalne.

W niektórych krajach Europy środkowej jest równie gorąco w lecie jak zimno w zimie i różnica temperatury wyraża się w setce stopni: w lipcu, w słońcu — więcej niż 50°, w grudniu mniej niż — 45°. Mieszkańcy wiosek, aby móc się następnie odświeżać w okresach gorących, konserwują zawczasu lód. Posługują się w tym celu placami ziemi pokrytymi trawnikami, i te place umieszczone u wejścia do ich wiosek, spełniają rolę oziębiaczy (chłodnic), które nie mają w sobie nic nowoczesnego, ale dają mimo to doskonałe rezultaty.

*

Nie głosujemy jeszcze we Francji i jest to w opinii wszystkich ludzi rozsądnych rzecz drażniąca i specjalnie niesprawiedliwa. A jednak przyznajmy, że los kobiety w naszym kraju jest mniej przykry niż los wielu sióstr cudzoziemek. W Rumunii widzi się często kobiety bose, pracujące na podłodze żelaznej.

W Portugalii kobiety, pomocnice mularskie, noszą na głowie w ogromnych kubłach piasek i cement, potrzebne do budowania domów i wszelkie przeprowadzki one urządzają. W Europie środkowej robotnicy pracujący przy budowie domów biorą często do pomocy kobie-

W Czechosłowacji jest wiele kobiet, które ładują węgiel na wozy w ogromnych workach, nawet w dużych miastach, jak Praga. Wszystko to w czasach obecnych. Ale jeszcze niedawno w pewnych miastach bałkańskich, pośrodku izby oświetlonej żywicznym łuczywem, na ziemi, na posłaniu ze słomy, bosa położnica czerpała siły bezpośrednio od matki ziemi, aby wydać dziecię na świat...

Musimy przyznać, że dobrze jest żyć pod naszym niebem...

G. Pouillot,

vice - prezydentka Francuskiego Ośrodka Studiów nad polepszeniem warunków życia rodzinnego.

tłum. J. W.

Prenumerata miesięczna wynosi 50 gr., Cena egzemplarza 30 gr. Rocznie 5 zł.
Konto rozrachunkowe Nr 209. Konto PKO. Nr 18.147.
We Francji miesięcznie 3 fr. 50 c., rocznie — 40 fr. — Konto C/c Lille 38015.
Artykuły niezamówione przez redakcję nie są honorowane. Nadsyłanych rękopisów Redakcja nie zwraca.

Adres Redakcji: Warszawa I, ul. SMULIKOWSKIEGO 5 m. 8. Telefon Redakcji: 3.21-83.

Redaktorka: *Maria Wiąckowa.* „Drukarnia Lekarska“, Sp. z o. o. Warszawa. Wydawca i redaktor odpowiedzialny *J. A. Wiącek.*